

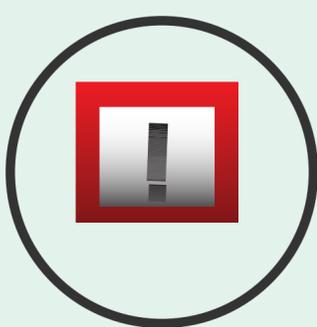
# SOFFRI DI DISTURBO DISFORICO PREMESTRUALE?

PMDD - (Premenstrual Dysphoric Disorder) è una patologia di cui soffre dal 3% all'8% delle donne. E' causato da una alta sensibilità alle normali fluttuazioni ormonali che ricorrono ad ogni ciclo.

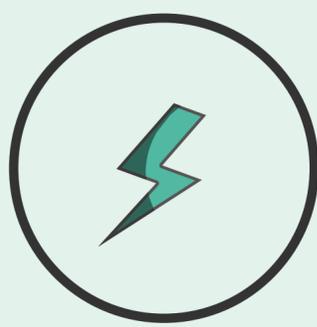
I sintomi sono presenti SOLO nella fase luteale – cioè prima della mestruazione durante lo stesso periodo ogni mese.



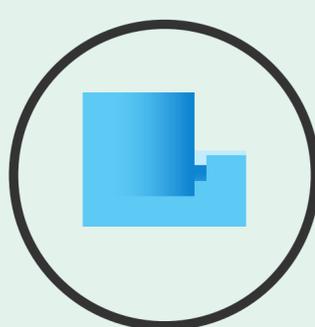
Profonda tristezza o disperazione, a volte pensieri suicidi o autolesionismo



Sensazione di tensione o ansia



Marcata irritabilità e/o rabbia che si riversa sugli altri



Sensazione di perdita di controllo



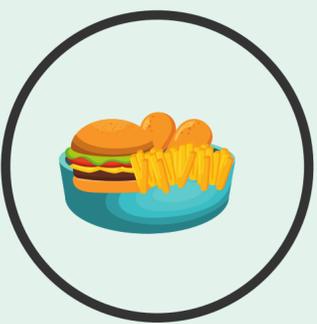
Scarso interesse in attività quotidiane e relazioni



Stanchezza marcata  
Mancanza di energia



Difficoltà di concentrazione



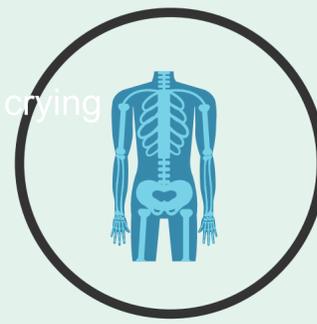
Attacchi di fame  
Voglia di cibi particolari



Ansia, cambi d'umore,  
Pianto frequente



Difficoltà nel dormire (troppo o poco)



Gonfiore addominale,  
Tensione mammaria, mal di testa,  
Dolori muscolari, pruriti vaginali

Una diagnosi di PMDD prevede la presenza di 4/5 di questi sintomi nel periodo pre-mestruale (a partire anche da 2 settimane prima).

Se pensi di soffrire di PMDD (forma severa di sindrome premenstruale) o conosci qualcuno che potrebbe soffrirne, visita

[www.itapms.org](http://www.itapms.org)

Associazione Nazionale Sindrome Premestruale  
per informazioni e supporto.



Dona il 5 per mille: C.F. 92195110348